

## تحذير لـ "حماس": المتش بالسيادة ممنوع | 02



### عون: لرفع الجهوزية لإجراء الانتخابات بشفافية

03-02 |

عقد المجلس الأعلى للدفاع اجتماعاً برئاسة الرئيس عون وحضور الرئيس سلام ووزراء وقادة الأجهزة الأمنية والعسكرية (عباس سلمان)

خطط ليفربول  
لفترة الانتقالات  
الصيفية: بصمات  
يورغن تتقدم

09-08



لهذه الأسباب  
ارتفعت لهجة  
"التوصية" إلى  
مجلس الوزراء!

06

فرص الاتفاق  
مرتفعة:  
مفاوضات مسقط  
بين مشهدين؟!

05

نتنباهو  
يجز  
ترامب  
إلى الحرب

04



# فرصة الإصلاحات تضيق لبنان يُحذّر "حماس" من انتهاك السيادة



وافق مجلس الوزراء على توصية المجلس الأعلى للدفاع، لا سيما في ما يتعلق بتحذير حركة "حماس" (عباس سلمان)

النيابية، وجرس هذه الانتخابات يُقرّع من بدايتها، فالمجلس النيابي الحالي تنتهي ولايته في 31 أيار من العام المقبل، أي بعد 13 شهراً، والقانون الانتخابي يوجب إجراء الانتخابات خلال الـ60 يوماً السابقة لموعدها انتهاء ولاية المجلس، أي بين أول نيسان وأخر أيار من العام المقبل. ولنفتقر إلى موعد الانتخابات قد تحدّد منتصف شهر أيار على ما جرى في انتخابات العام 2022، فإن القانون نفسه يلحظ إقفال باب الترشيحات قبل 60 يوماً من موعد الانتخابات أي في 15 آذار وتحديداً بعد 11 شهراً، كما يلحظ انتظام المرشحين في لوائح وتسجيل هذه اللوائح قبل 40 يوماً من موعد الانتخابات، ما يعني أنّ هذا الأمر سينجز في شهر نيسان. وعلى ما يجري فإن ما يحصل في كل انتخابات تُعدّ مستلزمات العملية الانتخابية وما فيها من تحضيرات وجولات انتخابية وحراك ماكينات وعقد تحالفات واستنفار لكل ما له علاقة أو صلة بهذا الاستحقاق، تستغرق على الأقل فترة السنة أشهر السابقة لموعدها الانتخابات، أي ابتداءً من كانون الأول المقبل، أي بعد 8 أشهر. يُضاف إلى ذلك الكباش السياسي والنيابي الذي لم يَعد بعيداً حول القانون الانتخابي الحالي، مع سلسلة الاقتراحات النيابية المطروحة لإدخال تعديلات عليه، ما يعني أنّ هذا الأمر وسط التفرّغ النيابي والحكومي لهذا الأمر، سيأكل شهراً وربما أكثر في هذه المعجمة، ولا يُغفل في هذا السياق أيضاً استحقاق الموازنة العامة التي وعدت الحكومة بإنجازها في موعدها.

## مجلس الوزراء

وفي جلسة عقدها امس، وافق مجلس الوزراء على توصية المجلس الأعلى للدفاع، لا سيما في ما يتعلق بتحذير حركة «حماس» من استخدام الأراضي اللبنانية للقيام بأي أعمال تمس بالأمن القومي اللبناني»، كما «وافق على منح المتضررين من العدوان الإسرائيلي بعض الإعفاءات من الضرائب»، بناء على طلب من وزارة المالية. وأكد وزير الإعلام بول مرقص، خلال تلاوته مقررات جلسة مجلس الوزراء في السراي الحكومي، الموافقة على مشروع قانون استقلالية القضاء، «بعدما تقدّم عدد من الوزراء بتحفظات وبعدد من الملاحظات». وأشار إلى أنّ رئيس الحكومة نواف سلام تطرّق إلى طلب وزارة العدل الموافقة على مشروع استقلال السلطة القضائية، وهنا، «نوّه رئيس مجلس الوزراء بإقرار المجلس مشروع القانون الرامي إلى تعزيز استقلالية القضاء، مؤكداً أنّ هذا المشروع يعزز الحياة المطلوبة للقاضي في إصدار الأحكام من خلال تخصيصه في موقعه تجاه الضغوط أو الإغراءات، أيضاً هو يبعث الطمأنينة في نفوس المتقاضين، وأنهم بلجوئهم إلى القضاء سينالون أحكاماً بعيدة عن تأثيرات أو تدخّلات مرجعيات سياسية أو دينية أو فاعليات مالية أو غيرها. كما أنّه يساهم في تفعيل النشاط الاقتصادي من خلال استعادة مناخ الثقة المطلوب لجذب الإستثمارات».

وأوضحت مصادر وزارة العدل لمصيفة «الجمهورية»، أنّ أهمية قانون استقلالية القضاء الجديد من شأنه أن:

- 1- يُعيد السلطة القضائية عن السياسة، ويحفظ هبة القضاء.
- 2- يشكّل مجلس القضاء الأعلى بالانتخاب أو باقتراح من الجسم القضائي نفسه.
- 3- يمنع نقل القاضي إلا بموافقته أو بعد انقضاء مهلة 5 سنوات من خدمته أو في حال ارتكابه خطأ جسيماً.

وكشفت مصادر الوزارة، أنّ مشروع قانون استقلالية القضاء جاء حصيلة ورش عمل متواصلة حتى أيام العطل والأعياد، شاركت فيها إلى جانب الوزير نخبه من القضاة البارزين وشخصيات من المجتمع المدني.

## البلديات

وعلى الصعيد البلدي، تنطلق الانتخابات البلدية والاختيارية يوم غد الأحد في أجواء تنافسية في مختلف بلدات جبل لبنان، ووسط إجراءات أمنية لتأمين سلامة العملية الانتخابية. وضمن سياق التحضيرات والاستعدادات لانتخابات المدن البلدية والاختيارية، وأشارت مصادر متابعه إلى ان قائمقام المتن الأستاذة مرلين حداد قامت بعمل استثنائي في تأمين كل المقومات الإدارية واللوجستية والتنظيمية على أكمل وجه لضمان حسن سير العملية الانتخابية، وذلك في مهلة قياسية.

وفيما تواصلت التحضيرات للإنتخابات البلدية في جبل لبنان، رأت مصادر التيار الوطني الحر أنّ الصورة في المتن تظهر أنّ القوات اللبنانية تخوض معارك ضد الكتائب سواء على العضوية أو رئاسة البلديات، خاصة في القرى المجاورة لكفيا. وتشير مصادر التيار الوطني الحر إلى أنه كرّس حضوره بتوزعه على اللوائح في البلديات المتنية في الجرد والوسط والساحل، كما كان شريكاً أساسياً في صياغة التوافق العريض في بسكنتا حول شخصية حيادية عبر النائب السابق إدي المعلوف، وثبت حضوره في المجلس البلدي.

## الوقت يضيق ويضغط

وإذا كان هاجس الأمن يُشكّل أهمية قصوى، إلا أنّ في موازاته هاجس آخر قد يفوقه أهمية وأولوية، ويتجلّى في إعادة إنعاش البلد، وهي المهمة التي قطعت حكومة نواف سلام وعدواً وتعهدت في إطلاقها على وجه السرعة. على أنّ الحكومة، وفق تقييم مسؤول كبير لعملها منذ تشكيلها، قدّمت إنجازات متواضعة، فيما المطلوب منها الكثير، وهو أمر لا يبدو ميسراً مع ضيق مساحة العمل، فالحكومة باتت محكومة بمسابقة الوقت والتعجيل بالإجراءات الإصلاحية والإنشائية، فتمّة خشية من أن يذاهم هذا الوقت الإنجازات المنتظرة منها، فبالبد يقترب من الدخول في سنة الانتخابات النيابية، وبالتالي، ما يبق أمام الحكومة سوى فسحة زمنية قصيرة للإنجاز، سقفاها 6 أو 7 أشهر، أي حتى بداية السنة المقبلة على أبعد تقدير.

ويقول المسؤول عينه إنّ الحكومة لا تملك ترف تضيق الوقت أو تقطيعه، ما يوجب عليها إعلان الاستنفار الحكومي وعقد جلسات متتالية لمجلس الوزراء، تقارب فيه الملفات المتراكمة وفق جدول أولويات يلحظ استكمال التعيينات بالتوازي مع الخطوات والإجراءات الإصلاحية المطلوبة لطى صفحة الأزمة. ومن دون ذلك سيفيحل الوقت وينقُى مطرحنا». وبلغت المسؤول الكبير إلى أنّه «في حسبة زمنية للسنة المقبلة، يتبيّن أنّ لا صوت يعلو فيها على صوت الانتخابات

يتنازع اللبنانيين شعوران متناقضان، فمن جهة يعلّقون آمالهم على المسار الذي ينتهجه رئيس الجمهورية جوزاف عون لإنقاذ البلد ووضعه على سكة الخروج من أزوماته المتراكمة، والجهد الذي يبذله لإعادة تثبيت مكانته وموقعه بدوره مع الدول الصديقة والشقيقة، والاختيار الأساس هنا للحكومة التي عليها مسؤولية أنّ تلاقي الزخم الرئاسي، بالإيفاء سريعاً بما وعدت به من إنتاجية والتزامات إنقاذية وإصلاحية وإعمارية. ففي حالة لبنان الراهنة لا يستقيم التباطؤ، سواء كان مقصوداً أو غير مقصود، ولكن يوم تأخير ثمنه الآني واللاحق. واللبنانيون لا يريدون لحكومتهم أن تتساوى بحكومات تصريف الأعمال، بل ينتظرون منها أن تبدأ عزمها الفعلي على وتر الإنجاز الملموس بلا تأخير أو إبطاء. وأما من جهة ثانية، فينتاب اللبنانيين قلق كبير من المخاطر التي تتفاقم في محيطه، وتحوم في أرجائه، ومما يُخبئ لهم الغد المجهول من احتمالات وإرباكات ومفاجآت.

وتوقيف المشتبه فيهم، وأعطيت التوجيهات اللازمة لاستكمال الإجراءات القضائية»، وشدّد رئيس الجمهورية «على عدم التهاون تجاه تحويل لبنان منصة لزعة الاستقرار مع الأخذ في الاعتبار أهمية القضية الفلسطينية وعدم توريط لبنان بحروب هو يغنى عنها وعدم تعريضه للخطر». فيما أكد الرئيس على «ضرورة تسليم السلاح غير الشرعي تطبيقاً لوثيقة الوفاق الوطني والبيان الوزاري للحكومة وعدم السماح لـ«حماس» أو غيرها من الفصائل زعزعة الاستقرار الأمني والقومي. وإنّ سلامة الأراضي اللبنانية فوق كل اعتبار. كما أكد على تمسك لبنان بحق الشعب الفلسطيني في تقرير مصيره فوق أرضه وفقاً للقانون الدولي ومبادرة السلام العربية».

وحول الأحداث الأمنية التي تجري في سوريا، أشار البيان إلى أنّ «رئيس الجمهورية شدّد على ضرورة ضبط أي ترذدات قد تنعكس سلباً على مناخ الاستقرار الداخلي في لبنان من جهة وعلى أزمة النازحين السوريين من جهة أخرى».

وحول الانتخابات البلدية والاختيارية، طلب الرئيس عون إلى الوزراء المعنيين رفع الجهورية اللازمة لحسن إجراء الانتخابات البلدية والاختيارية إنطلاقاً من نظامنا الديموقراطي وفي إطار تداول السلطة، والتشديد على أهمية أنّ تجري هذه الانتخابات بشفاافية، فيتنافس المرشعون بديمقراطية وينتخب المواطنون بحسب ضميرهم وواجبهم الوطني من دون أي تأثيرات مهما كان نوعها. لأنّ العمل البلدي هو إنمائي بامتياز»، وشدّد على أنّه على مسافة واحدة من جميع المرشحين «وإنّ الحكومة والأجهزة العسكرية والأمنية ما عليها سوى الإشراف وتأمين الجهورية الأمنية واللوجستية على أكمل وجه، وتقوم النيابات العامة بمهامها بحزم. لاسيما لجهة ملاحقة المخالفات للقوانين، وخصوصاً قانون الانتخابات». كما شدّد رئيس الحكومة، بحسب البيان، على «أهمية إنجاز هذا الاستحقاق الدستوري والديمقراطي بعد 9 سنوات»، مؤكداً على حيادية الحكومة وأجهزتها. وأشار إلى أنّه واثق من «حزبية إدارة الانتخابات ممّا سينعكس على مصداقيتها». كذلك عرض وزير الداخلية التحضيرات الأمنية واللوجستية لإجراء الانتخابات البلدية والاختيارية، وأعطيت التوجيهات اللازمة «لحسن سير العملية الانتخابية وضبطها على الأصعدة كافة، انطلاقاً من مبادئ الديموقراطية والقوانين والأنظمة المرعية الإجراء. وشدّد على حيادية الأجهزة المعنية وعدم تدخّلها في هذا الاستحقاق الديموقراطي».



قائمقام المتن الأستاذة مرلين حداد  
قامت بعمل استثنائي في تأمين  
كل المقومات الإدارية واللوجستية  
والتنظيمية على أكمل وجه لضمان  
حسن سير العملية الانتخابية،  
وذلك في مهلة قياسية

## نتائج مريحة

سياسيا، تربعت القمّة التي عقدت بين رئيس الجمهورية جوزاف عون ورئيس دولة الإمارات العربية المتحدة الشيخ محمد بن زايد آل نهيان في العاصمة الإماراتية أبو ظبي، صدارة المتابعات الداخلية، ربطا بالنتائج الإيجابية التي انتهت إليها، وجرى التعبير عنها في بيان مشترك صدر عن الجانبين، أكّدا فيه تطوير العلاقات الثنائية وسبل تنميتها في مختلف المجالات، واتفقا «على السماح بسفر المواطنين بعد اتخاذ الإجراءات اللازمة لتسهيل حركة التنقل بين البلدين ووضع الآليات المناسبة لذلك. وعبّرا عن تطلعهما إلى رفع مستوى التمثيل الدبلوماسي المتبادل».

وأشار البيان إلى أنّ مناقشات الرئيسين شملت الاتفاق على إنشاء مجلس أعمال إماراتي-لبناني مشترك، وقيام صندوق أبوظبي للتنمية بإرسال وفد إلى لبنان ليبحث وتقييم مشاريع التعاون المشترك المتناحة. وبعد نقاش مستجدات الأوضاع الإقليمية وانعكاساتها على العلاقات العربية - العربية والأمن والاستقرار الإقليمي، أطلع صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان من الرئيس عون على تطوّرات الأوضاع على الساحة اللبنانية، كما استعرض معه مجمل الأوضاع الإقليمية والدولية. وشدّد آل نهيان على العنق العربي الاستراتيجي للبنان، مؤكداً أنّ «لبنان الشقيق يُعدّ من ركائز العمل العربي المشترك».

## تحذير «حماس»

على أنّ الإيجابيات البادية من الخارج لا تُقابل حتى الآن بما يماثلها في الداخل، فالواقع الأمني في ذروة الهشاشة، والعامل الإسرائيلي يُفخّخه بتوترات واعتداءات من دون أي اعتبار لاتفاق وقف إطلاق النار، وتلويح متواصل باحتمالات صعبة، والواقع السياسي تتجاذبه تناقضات تزيد من تخطئه وارباكانته.

الهاجس الأمني متموضع في رأس أولويات الدولة، إن عبر الاستنفار الدبلوماسي والاتصالات التي يجريها رئيس الجمهورية وسائر المستويات المسؤولة مع الدول الصديقة، ولاسيما مع الراعيين الأميركي والفرنسي لاتفاق وقف إطلاق النار للجم الاعتداءات الإسرائيلية، أو من خلال المواكبة الرسمية المباشرة لملف الأمن الداخلي لإعادة ضبطه ومنع تفتله. وقد كان هذا الأمر، بالإضافة إلى أمور أخرى مرتبطة به، محور الاجتماع الذي عقده المجلس الأعلى للدفاع برئاسة رئيس الجمهورية أمس، في حضور رئيس الحكومة نواف سلام وأعضاء المجلس من وزراء وعسكريين وأمنيين.

ووفق البيان الصادر بعد الاجتماع، فقد خلّص المجتمعون إلى رفع توصية إلى مجلس الوزراء، تُفيد بتحذير حركة «حماس» من استخدام الأراضي اللبنانية للقيام بأي أعمال تمس بالأمن القومي اللبناني، إذ ستُخذ أقصى التدابير والإجراءات اللازمة لوضع حد نهائي لأي عمل ينتهك السيادة اللبنانية». وأشار البيان إلى أنّ المجلس الأعلى للدفاع أخذ علماً بمباشرة الملاحظات القضائية مطلع الأسبوع المقبل بحق «كل من الموقوفين على ذمة التحقيق في قضية إطلاق الصواريخ في 22 و28 آذار 2025. وبملاحقة كل من يُثبت تورطه في هذه القضية على ضوء ما تتبّته التحقيقات المستمرة».

وبحسب البيان، فإنّ رئيس الجمهورية قد استهل الاجتماع بعرض سريع عن أهمية ودور وصلاحيات المجلس الأعلى للدفاع، خصوصاً أنّه الاجتماع الأول في ولايته الرئاسية، كما تطرّق إلى الأوضاع الأمنية بصورة عامة، مشدداً على أهمية إرساء الاستقرار الأمني وبسط سلطة الدولة على أراضيها لما له من انعكاسات إيجابية على الأصعدة كافة، بالاستناد إلى وثيقة الوفاق الوطني وخطاب القسم والبيان الوزاري للحكومة.

وأشار البيان إلى أنّ قادة الأجهزة العسكرية والأمنية عرضوا الأوضاع العامة في مختلف المناطق اللبنانية، ولاسيما عمليات إطلاق الصواريخ من لبنان تجاه الأراضي المحتلة



## تقرير

مع مرور 100 يوم على تولّي الرئيس الأميركي دونالد ترامب زمام الحكم، يسود الإرباك في إسرائيل، وينمو تساؤل في بعض أوساط اليمين: هل يجب أن نتحسر على جو بايدن؟

# نتنياهو هو يجرُّ ترامب إلى الحرب



طوني عيسى

حتى الآن، لم يتحقّق لبنيامين نتنياهو حلم الشراكة المنتظر مع ترامب، علماً أنّ الأخير كان قد تعهّد للإسرائيليين بتنفيذ خطوات تاريخية طموحة يريدها، على غرار اعترافه في الولاية السابقة بالقدس عاصمة لإسرائيل وإقراره بضمّ الجولان.

في الأيام الأولى من عهده، أطلق ترامب عناوين أبهرت نتنياهو ودفعته إلى التفاوض، ومنها «شراء» غزة وتحويلها منتجعاً سياحياً. ومنها أيضاً القضاء على أحلام طهران في تطوير قدراتها النووية وصواريخها الباليستية والتحكّم بأذرعها الإقليمية. وفي زيارته الأخيرة لواشنطن، كان نتنياهو يظن أنّه سيضع مع ترامب «أجندة» تنفيذية لهذه الأهداف.

لكن الرئيس الأميركي بدا في مكان آخر. وفي لقاءهما المفتوح في البيت الأبيض، كاد نتنياهو أن يبدو في موقع فولوديمير زيلينسكي الذي تعرّض للتأييد، لولا أنّ الضيف الإسرائيلي مدعوم من لوبي قوي مؤيد في الولايات المتحدة نفسها. ولذلك، «بلغ» نتنياهو خيبته على مضض، وبدأ يفكر في وسائل أخرى لترويض» ترامب الجامح، والمدفوع برّحم انتصاره الانتخابي الكبير، وتهديداته المثيرة عبر العالم.

قرّر نتنياهو انتظار أن ينتهي ترامب من شهر العسل، ويتعب من مواجهاته المفتوحة، فيعود إلى الواقعية. وبالفعل، بدأ ترامب يتخطّى في كل معاركه، مع الصين وأوروبا في مسائل الاقتصاد والسياسة، ومع كندا وغرينلاند وبما والمكسيك، وكذلك مع روسيا في ملف أوكرانيا. وفي غزة ولبنان واليمن، وطبعاً مع إيران، إذ لا أفق للحسم في أي من هذه الملفات. وهذا التخطّي بدأ يعكس تراجعاً في حجم التأييد الشعبي الذي حظي به عند انتخابه.

وثمة من يقول إنّ ترامب يستعجل اليوم تحقيق إنجاز في أي من هذه الملفات، لتحسين صورته. وثمة ملفان ربما يكونان الأقرب إلى التسمية: أوكرانيا وإيران. وهذا الاستعجال يعرفه فلاديمير بوتين، ولذلك قرّر عدم التنازل في أوكرانيا. كما يدركه مرشد الثورة الإيرانية علي خامنئي الذي قرّر من جهته التشدّد في المفاوضات الدائرة في مسقط وروما. وبدأ بوتين وخامنئي يراهران على أنّ ترامب سيقدّم التنازلات ليحصل على اتفاقٍ ما، يحسن صورته داخلياً ويتيح له التفرّغ للمآزق الاقتصادي.

وثمة معلومات ترشح من المفاوضات الأميركية - الإيرانية، تشير إلى أنّ واشنطن تتساهل كثيراً في مسألتها النووي والنفوذ الإقليمي. وأنّ هذا التساهل هو الذي دفع السفير الإيراني في لبنان مجتبي أمانى وكوادر «حزب الله» إلى رفض التخلي عن السلاح. وثمة اعتقاد في بعض الأوساط بأنّ الإدارة الأميركية قد تجد نفسها مضطرة إلى الاستعجال والموافقة على تسوية مع طهران شبيهة باتفاق فيينا. وهذا الخيار يخشاه الإسرائيليون بقوة، خصوصاً أنّ ستيف ويتكوف، هو المفاوض الأميركي في ملفات غزة ولبنان واليمن، وملف إيران، في الوقت عينه. ولذلك، هم بداوا التخطيط لتعطيل أي

## تقرير

كشف تقرير ديبلوماسي الأجواء المحيطة بالمفاوضات التي تجري بين الولايات المتحدة الأميركية والجمهورية الإسلامية في إيران حول الملف النووي برعاية سلطنة عمان ووسطاتها. وفي التقرير الذي استقى معلوماته من ديبلوماسيين إيرانيين على اطلاع على الملف، ومتابعين آخرين له، أنّ المفاوضات "ماشية" ومُرص الوصول إلى إتفاق "عالية"، على قاعدة أنّ المطالب الأميركية لا تزال حتى الآن تحت السقف المقبول، طالما لا تتبنّى حتى الآن شروطاً تعجيزية.

# فرص الاتفاق مرتفعة: مفاوضات مسقط بين مشهدين؟!



جوزف القصيفي

ويقول التقرير: «الظاهر حتى الساعة أنّ واشنطن لم تتبنّى التخصيب الصفري»، وهو موضوع حساس وجوهري غير قابل للتفاوض في شأنه مع الإيراني، وأنّ أي اتفاق سيحصل سيكون قريباً ومشاهداً لاتفاق العام 2015، من حيث التفاصيل العريضة. وهذا كافٍ لإدارة الرئيس دونالد

ترامب، ولا مشكلة للإيرانيين فيه، مع توقّع معالجة بعض الثغرات التي هي في حاجة إلى إيضاح. أي أنّ ما يعمل عليه هو اتفاق معدّل تحت سقف اتفاق العام 2015، يطات عدداً من النقاط التي تتعلّق بألية التنفيذ. وتزامن الحديث عن فرص عالية بالوصول إلى اتفاق مع مشهدين:

- المشهد الأول: الحركة الديبلوماسية الواسعة والكثيفة التي يضطلع بها وزير خارجية الجمهورية الإسلامية في إيران عباس عراقجي من خلال المشاورات التي يجريها مع الصين، روسيا، السعودية، فرنسا، بريطانيا، وألمانيا. والأخيرة هي الدولة الرائد واحد على الدول الخمس المعنية في اتفاق 2015 النووي، أما الحرص على التواصل مع الجانب الأوروبي فيعود إلى رغبة إيران في عدم إشعاره بالتهميش والاستغناء عن دوره، في حين أنّ التواصل مع المملكة، يتصل بترجمة ما وصلت إليه العلاقة من تقدّم بين طهران والرياض.

- المشهد الثاني: الدور الإسرائيلي. فعندما تحدثت وسائل الإعلام العالمية، والاسرائيلية عن مراقبين واكبوا الجولة الثانية من المفاوضات الأميركية - الإيرانية أنّ فرص الاتفاق بين الجانبين عالية، علّق بنيامين نتنياهو في كلمة ألقاها استغرقت 45 دقيقة بمرارة وتحدّ، بما يشي أنّ الوضع يائس بالنسبة إليه وأنّ الاتفاق حاصل، لكنه استنتج أنّ الإدارة الأميركية لن تتمكن من إبرام اتفاق أفضل من إتفاق العام 2015 وليس إتفاق العام 2025.

معتبراً أنّ المفاوضات النووية الجارية حالياً غير مرضية. وما يريده من مطالب أكثر ممّا يعمل الطرفان المعنيان على تحقيقه، لذلك فهو يدفع في اتجاه الحرب. والحرب التي يسعى إليها نتنياهو هي حرب إقليمية ودولية، وهو منذ حرب «طوفان الأقصى» قرّر أنّ ما يلائمه هو توسيع رقعة الحرب وتوريط الولايات المتحدة في مواجهة مباشرة مع إيران، ولذلك فهو يسعى إلى تغيير المفاوضات عبر طريقين: أ- الدفع نحو صدام مباشر بين واشنطن وطهران.

ب- القيام بعمل أمني يطاول أحد المرافق أو المصالح الأميركية، واتهام إيران أو حلفائها أو الاثنين معاً بالوقوف ورائه.

وإنّ ما يهّم تل أبيب هو شيء آخر مختلف عمّا يجري بحثه راهناً في سلطنة عمان. إنها تزيد الآتي:

- إنهاء البرنامج النووي.

- إنهاء منظومة السلاح الباليستي الإيراني وتدميره.

- ضرب ما يُطلق عليه «أذرع» طهران في المنطقة.

والسؤال المطروح: هل تبقى المفاوضات سائرة في الطريق السليم، وتقترب من خواتيمها الإيجابية؟ أم أنّ فخاخ إسرائيل الكامنة ستقوى على كل ما أنجز وتطحيه، معيدة الأمور إلى نقطة البداية؟

## هل تبقى

المفاوضات سائرة في الطريق السليم، وتقترب من خواتيمها الإيجابية؟ أم أنّ فخاخ إسرائيل الكامنة ستقوى على كل ما أنجز وتطحيه



إسرائيل تعمل اليوم لإعادة رسم الشرق الأوسط بكامله، وهذا المسار يعني أنّ الحروب ستكون طويلة جداً، وأنّ نهاياتها ستكون دراماتيكية وستغيّر الإقليم برمته



## تقرير

إلى النقاش المفتوح حول مصير سلاح "حزب الله" والأفكار المطروحة، قفز ملف السلاح الفلسطيني إلى الواجهة، وتقدّم سلاح حركة "حماس" بعد تجريد فصائل أخرى منه. وهي خطوة استعجلتها التحقيقات في ما سُمّي "خلية الأردن" وما كشفتته عن مراكز تدريب المتوّظّين فيها على يد خبراء من الحركة في لبنان، قبل إقفال التحقيقات في "خلية صواريخ الجنوب". وعليه حضر الملف على طاولة المجلس الأعلى للدفاع إلى جانب الترتيبات الخاصة بالانتخابات البلدية والاختيارية، وفق معايير محدّدة. وهذه نماذج منها.

# لهذه الأسباب ارتفعت لهجة "التوصية" إلى مجلس الوزراء!



جورج شاهين

بسوريا، عدا عن تلك التي تمكّنت من إنشاء خطوط تواصل آمنة مع الحركة في الداخل الفلسطيني وربما عبر دول ثالثة. على هذه الخلفيات، رُفعت التقارير إلى المجلس الأعلى، وقُدّمت المراجع العسكرية والمخابراتية والديبلوماسية ما يقود إلى الإحاطة بالحدث من مختلف جوانبه، بغية التوصل إلى معالجة هذا الموضوع ومحاسبة المرتكبين أينما وُجدوا وفي أي موقع كانوا، والتثبّت من منع تكرار ما حصل لألف سبب وسبب. فعلى المستوى المحلي لا يمكن لأحد أن يتنكر أنّ عملية إطلاق الصواريخ من جنوب لبنان، التي لم يصل بعضها إليها، هي التي استجّزت الاتهامات الدولية للبنان بعدم قدرته على ضبط الوضع في الجنوب والتشكيك بقدرات الجيش، عملاً بما قال به القرار 1701 والتفاهم الذي أبرم لتجميد العمليات العسكرية في 27 تشرين الثاني الماضي. كما أنّها هي التي شكّلت مبرراً دفع بإسرائيل لتجديد غاراتها على الضاحية الجنوبية لبيروت وفي عمق لبنان. فكانت الغارات الموجعة التي استهدفت عدداً من قادة "حزب



ما صدر عن المجلس الأعلى للدفاع من قرارات جديّة وحازمة لا بُدّ لها من أن تأتي بالنتائج المرجوة قريباً، ولن تكون مخفية على أحد. وأنّه في مقابل أي خطوة معلنة سيكون قادة هذه الفصائل والحركات على علم بما يمكن أن تنتهي إليه التحقيقات مع المطلوبين، سواء انتهت إلى الإدانة أو البراءة

الله» والمسؤولين فيه، كما من قادة «حماس» الذين استشهدوا على طريق الجنوب وساحل الشوف بطريقة زادت من حدة التوتر ورفعت المسؤولية مسبقاً عن العدوان الإسرائيلي المتنامي. وفي ظل التكتّم الذي حافظ عليه المشاركون في اجتماع المجلس الأعلى للدفاع على ما دار فيه من مناقشات والاحتفاظ بقراراته سرّية للغاية، لا بُدّ من التوقف عند مضمون التوصية التي أصدرها المجلس إلى مجلس الوزراء قبل ساعات قليلة من اجتماعه في السراي. وهي التي قالت بـ «تحذير حركة «حماس» من استخدام الأراضي اللبنانية للقيام بأي أعمال تمسّ بالأمن القومي اللبناني، إذ ستُخذ أقصى التدابير والإجراءات اللازمة لوضع حدّ نهائي لأي عمل ينتهك السيادة اللبنانية». وهي توصية توجي بمزيد من الإجراءات التي ستُخذ الأسبوع المقبل إن لم يكن قد أطلق أمس عدد منها على المستوى الأمني. وانتظاراً للإجراءات الأمنية والقضائية المقبلة، التي ستُخذ، لا بُدّ من إلقاء الضوء على ما سبق الاجتماع، فالمراجع الأمنية المختصة كانت قد وُجّهت طلباً مباشراً إلى عدد من مسؤولي «حماس» في لبنان مطلع الأسبوع الجاري طالبة تسليم المتهمين بالعملية وهم موزّعون بين مخبّئ عین الحلوة وربما الرشيدية أو البرج الشمالي. وعلى رغم من تأكيد البعض منهم أنّهم ليسوا على علم بما حصل، اعترف آخرون بدقة المعلومات وأكدوا انتسابهم إلى الحركة. وكانت هناك مهلة انتهت أول أمس الخميس لتسليمهم وقد انقضت من دون أي تجاوب وهو أمر رفع من لهجة التوصية التي توصل إليها المجلس، والتي على مجلس الوزراء أن يترجمها عبر المراجع المختصة التي كان من يُمثّلها مشاركاً في الاجتماع، وأنّه لا بُدّ من أن تتوافر معلومات إضافية من حولها في الأيام المقبلة.

ولا بُدّ من الإشارة، بحسب أحد المشاركين في الاجتماع، إلى أنّ ما صدر عن المجلس الأعلى للدفاع من قرارات جديّة وحازمة لا بُدّ لها من أن تأتي بالنتائج المرجوة قريباً، ولن تكون مخفية على أحد. وأنّه في مقابل أي خطوة معلنة سيكون قادة هذه الفصائل والحركات على علم بما يمكن أن تنتهي إليه التحقيقات مع المطلوبين، سواء انتهت إلى الإدانة أو البراءة. فالأساليب السابقة التي رافقت صدور بعض القرارات المتشابهة وكانت تدّوب في الجور السياسية في ظل حجم الرعاية والحماية الداخلية في بعض البؤر الأمنية المقفلة على الأجهزة الأمنية، قد انتهت وباتت من التاريخ. فالمرحلة تفرض أن تكون الأجهزة الأمنية على جهوزيتها للتحرك والمواجهة كما كانت دائماً، بغوارق بسيطة أبرزها وجود القرار السياسي الموحد الذي يظّلها ويحمي خطواتها، ما يمنحها كثيراً ممّا يضمن تنفيذها في أفضل الظروف. وستأتي الأيام المقبلة بما يثبت أو ينفي هذه المعادلة.

وسط حشد من المؤيدين من أهالي الزلqa - عمارة شلهوب وحضور دولة الرئيس الياس المر رئيس مجلس الوزراء ووزير الداخلية والدفاع السابق، والنائب ميشال المر، أعلن رئيس بلدية الزلqa- عمارة شلهوب السيد ميشال عساف المر ( الشريف) أمس الأول لائحته لخوض الانتخابات البلدية والاختيارية يوم غد الأحد.

# وسط حشد من أهالي الزلqa- عمارة شلهوب: الشريف يعلن لائحته الانتخابية دولة الرئيس المر: كنا ونبقى معاً لمواصلة الإنماء



دولة الرئيس المر ونجله النائب ميشال المر والسيد ميشال عساف المر بتوسطون أعضاء اللائحة (عباس سلمان)

هنا لأنني اعتبر الزلqa والعمارة ضيعتي، وأهلها أصدقائي وأهلي. جئت لأؤكد أنّ الوفاء في هذه الحياة هو قيمة إنسانية عظيمة ، نشأنا عليها وتمسكنا بها، ولا قيمة لحياة بلا وفاء». وقال الرئيس الياس المر: «كنا وسنبقى إلى جانبكم، خاصة أنكم كرئيس للبلدية وأعضاء في المجلس البلدي وكمختارين، أعطيتم عمركم لخدمة بلدتكم ومدينتكم وأهلكم بتقان وإخلاص. وفقكم الله وسدد خطاكم لما فيه خير بلدتكم وعائلاتكم العريقة».

وستبقى لإنماء البلدة وتوفير أفضل الخدمات لأهلها. وقال: «معاً أنجزنا الكثير على مدى سنوات. ومعاً سنواصل بإذن الله مسيرة الإنماء وجعل الزلqa- عمارة شلهوب قلب المتن وساحله من كل النواحي». وألقى دولة الرئيس الياس المر كلمة جاء فيها: «شرف لي أن أكون بين أهلي وبلدتي في الزلqa وعمارة شلهوب. لقد نشأنا هنا معاً وكبرنا معاً، وشهدنا كيف نمت هذه البلدة الجميلة وتحوّلت إلى مدينة ترفع الرأس بفضل أهلها الرائعين». أضاف: «لم أسعد إلى بتفجرين وإنما أتيت إلى

وقد تألفت اللائحة من السادة: ميشال عساف المر، جان جرجس أبو جودة، شنتال ساسين أبو جودة، نسيب عصام بو جودة، راغدة حيقوق شديد الرحباني، طارق ميشال السمراني، ميهير اوهانس بدریان، جوزيف روجيه العشي، جاد عصام الجلخ، عصام نعوم ميلان، عبدو جان عبدالله، دوري نبيل ابو راشد، أنطوان جورج خوري، إلياس فؤاد نصر، وديع يوسف حداد. وبعد تقديمه أعضاء لائحته، أكد المر على أنّ الأولوية في بلدية الزلqa - عمارة شلهوب كانت



الجمهورية

تصدر عن شركة الجمهورية  
«نيوز كورب» ش. م. ل  
رئيس مجلس الادارة:  
ميشال الياس المز  
www.aljournhouria.com  
info@aljournhouria.com  
رئيس التحرير:  
جورج سولاج  
مدير التحرير المسؤول: طارق ترشيشي  
سكرتير التحرير: نبيل هيتيم  
المدير الفني: ابراهيم عبندو  
التحرير والإدارة والإعلانات والاشتراكات:  
الزلفا - عمارة شلهوب  
تلفون: 01- 888051 / 71- 911210  
81- 570251  
فاكس: 890890 1 961+  
P.O.Box: 90152- Jdeideh  
twitter: @aljournhouria  
insta: @aljournhouria  
facebook: @aljournhouria.lebanon  
tiktok: @aljournhourialb

وفية

زوجته: ساريا الياس الديك  
ابنه: جوزيف وزوجته ميشيل ناكوزي  
وولدهما  
أشقاؤه: خليل وزوجته ألين بو كرم  
وعائلتهما  
عائلة المرحوم إدغار (في المهجر)  
شقيقته: ليندا أرملة المرحوم نعمان  
القرزي وعائلتها  
وأنسابؤهم ينعون إليكم فقيدهم  
المرحوم  
العميد المتقاعد  
وديع جوزيف الغفري  
يُحتفل بالصلاة لراحة نفسه الساعة  
الثالثة من بعد ظهر اليوم السبت 3  
الجاري في كنيسة القديسة تريزا -  
الفياضية.  
تقبل التعازي قبل الدفن وبعده في  
صالون كنيسة القديسة تريزا. الفياضية  
من الساعة الحادية عشرة قبل الظهر  
ولغاية السادسة مساءً، ويومي الأحد  
والاثنين 4 و5 الجاري في صالون كنيسة  
مارت تقلا. الحازمية من الساعة الحادية  
عشرة قبل الظهر ولغاية السادسة مساءً.



دقيقة في الدوري، لكنه يُعتبر عنصراً مفيداً، خصوصاً في المراحل الأخيرة من المباريات. وقد يكون ضمان وقت كاف للعب قبل مونديال 2026 عاملاً مهماً، لكنه سعيد ومستقر في ليفربول. وقد جعل الأداء الجيد لخرافنبرخ في دور «الرقم 6» الدفاعي أفضل من التعاقد مع لاعب ارتكاز جديد. فعندما فشل ليفربول في ضمّ مارتن زويميندي، فكّر ليفربول في أنجيلو ستيلر (شتوتغارت) كبديل. لكنه قرّر المضي قدماً بما لديه. ويُخطط النادي لتقييم لاعب الوسط الإسباني ستيفان بايتشتيتش (20 عاماً) عند عودته قبل الموسم التحضيري. وقد تحسن وضعه منذ أن غيّر وجهة إعارته من سالزبورغ إلى لاس بالماس الإسباني، إذ احتاج لوقت لعب منتظم بعد أن أبطأت الإصابات تطوّره. ومن المتوقع أن يغادر تايلر مورتون (22 عاماً)، الذي تعافى من عملية جراحية في الكتف، ويُقدّر سعره بنحو 20 مليون جنيه.

#### الهجوم

من المتوقع أن يكون الموسم الثالث للأوروغوياني داروين نونيز الذي سجّل فقط 7 أهداف في 43 مباراة بكافة المسابقات، الأخير، إذ يبحث النادي عن مهاجم جديد. ومن المتوقع تجدد الاهتمام من الدوري السعودي. كان النصر مهتماً. وأفاد وسيط بأنه مستعد لدفع ما يصل إلى 70 مليون جنيه، لكن ليفربول أكد أنه ليس للبيع. وأصرّ على الإبقاء عليه حتى نهاية الموسم.

#### ابراج

القوس

22 نوفمبر - 21 ديسمبر

روحك المغامرة تتجدد اليوم. لا ترفض نصيحة من شخص يُحِبُّكَ بصدق.

الجدي

22 ديسمبر - 19 يناير

أنت مصمّم على ترتيب حياتك. التحسينات تبدأ من التفاصيل الصغيرة.

الدلو

20 يناير - 18 فبراير

علاقاتك تكتسب بعداً أعمق. هناك وعود قادمة في الطريق، لكن اصبر.

الحوت

19 فبراير - 20 مارس

ركّز على صحتك. عمك يتطلب الدقة، فحافظ على هدوءك لتجاوز الضغوط.

الأسد

23 يوليو - 22 أغسطس

تسطع بنجومية عالية. تكسب إعجاب من حولك. فرصة قيادة مشروع جديد.

العذراء

23 أغسطس - 22 سبتمبر

تنشغل بالتفاصيل فتُهمل الصورة الكبرى. لا تتوتر إذا لم فشلت خططك.

الميزان

23 سبتمبر - 23 أكتوبر

تتلقّى دعماً قوياً. قد تحتاج لتوضيح موقفك لشريكك لتهدئة بعض الهواجس.

العقرب

24 أكتوبر - 21 نوفمبر

أنت في موقع قوة. استثمر الطاقة بحكمة لتحقيق خطوات مهمة مهنية.

الحمل

21 مارس - 19 أبريل

نشاطك كبير وطاقتك متجددة. واجه بصبر. لقاء عاطفي يُعيد الدفء لقلبك.

الثور

20 أبريل - 20 مايو

تشعر برغبة في الاستقرار. لا تتسرّع في القرار. فكّر بعقلانية في الأمور العاطفية.

الجوزاء

21 مايو - 21 يونيو

يوم مثالي للحركة واللقاءات. فرص مهنية مميزة قد تظهر فجأة، فاستغلها.

السرطان

22 يونيو - 22 يوليو

تتردد تجاه خطوة مهنية أو شخصية. استمع إلى حدسك قبل اتخاذ القرار.

فيما تتواصل احتفالات ليفربول بلقب الدوري الإنكليزي الممتاز على قدم وساق في ميرسيسايد، تتكثّف الجهود خلف الكواليس لضمان بقاء النادي في الصدارة متقدّماً على منافسيه.

# خطط ليفربول لفترة الانتقالات الصيفية: بصمات يورغن تتقدّم

من المتوقع أن يغادر الحارس البديل كاويمهين كيلهير هذا الصيف، على أن يحلّ محله مامارداشفيلي في التشكيلة. ولا يخفي كيلهير، الذي تبقى عام واحد على نهاية عقده، رغبته في أن يصبح حارساً أساسياً. وقد رفض ليفربول عرضاً من نوتنغهام فورست في كانون الثاني، ويُعدّ بورنموث من أبرز المهتمين بخدماته. ويُقدّر سعر كيلهير بحوالى 30 مليون جنيه إسترليني، وهو شخصية محبوبة في كيركي، فالطريقة المتميزة التي عوّض بها اليسون (غاب عن 10 مباريات في الدوري بسبب الإصابة) تُعتبر داخلياً من العوامل الرئيسية في نجاح ليفربول. ويجب على ليفربول أن يقرّر ما إذا كان سيوافق على إعارته الحارس التشيكي فيتسلاف ياروش (23 عاماً)، الذي شارك لأول مرّة في الدوري كبديل ضدّ كريستال بالاس في تشرين الأول، أم سيبيّقه كخيار احتياطي خلف اليسون ومامارداشفيلي.

#### الدفاع

يبحث ليفربول عن ظهير أيسر جديد لمنافسة آندي روبرتسون وتخفيف الضغط عنه. ويُعدّ ميلوش كيركيز (بورنموث) من أبرز الأهداف. يعرفه هيوز جيداً، إذ أبرم صفقة انتقاله من ألكمار الهولندي إلى الساحل الجنوبي مقابل حوالى 15 مليون جنيه إسترليني في 2023. وقد تطوّر أداء كيركيز (21 عاماً) بشكل ملحوظ منذ ذلك الحين. كيركيز صديق مقرب من المجري دومينيك سوبوسلاي، لكنّ التعاقد معه لن يكون رخيصاً: فيورنموث سيطلب حوالى 45 مليون جنيه إسترليني. كما يُعجّب ليفربول بجوريل هاتو (أياكس). وقد يؤدّي التعاقد مع ظهير أيسر إلى رحيل اليوناني كوستاس تسييميكاس، بعد 5 سنوات من انضمامه من أولمبياكوس مقابل 11,75 مليون جنيه. ولا يزال لديه عامان في عقده. وقد يخطف ليفربول لاعبين من فريق هيوز السابق، إذ يتنافس أيضاً على ضمّ دين هويسن مدافع بورنموث، الذي لديه شرط جزائي بقيمة

## The New York Times جيمس بيرس

من المتوقع أن تكون فترة الانتقالات الصيفية حافلة بالنشاط، إذ يسعى المدير الرياضي ريتشارد هيوز والمدرّب الهولندي آرني سلوت إلى ترك بصمتهما على التشكيلة التي ورثاها عن المدرّب الألماني يورغن كلوب. بعد تسجيله هدف الفوز المتأخّر ضدّ وست هام الشهر الماضي، كشف القائد فيرجيل فان دايك للصحافيين: «إنهم يُخطّطون لمصيف كبير، لذلك علينا جميعاً أن ننقّ في الإدارة للقيام بالمهمة بالشكل الصحيح». وتحدّث سلوت أخيراً عن «الطاقة الجديدة» التي يمكن أن يضيفها ضمّ المواهب الجديدة، ويُفترض أن مكانة ليفربول كبطل ستعزّز من قوّته في سوق الانتقالات. وسيلتزم ليفربول بنموذج الاقتصاد المستدام، ممّا يعني أن الأموال الناتجة من بيع اللاعبين سيكون لها تأثير كبير على ميزانية الانتقالات. وقد تكبد النادي خسائر قبل الضرائب بلغت 57 مليون جنيه إسترليني الموسم الماضي، ولديه ثاني أعلى فاتورة أجور في كرة القدم الإنكليزية بعد مانشستر سيتي. المشهد المالي أكثر إشراقاً بعد العودة المربحة إلى دوري أبطال أوروبا، لكنّ تمديد عقديّ الهدف محمد صلاح وفان دايك لمدة عامين يمثل التزاماً مالياً كبيراً.

#### حراسة المرمى

سيصبح الحارس الجورجي جيورجي مامارداشفيلي في ليفربول منذ الأول من تموز. كان هيوز قد أبرم صفقة بقيمة 29 مليون جنيه إسترليني (38,5 مليون دولار) مع فالنسيا في آب، سمحت للحارس بالبقاء في إسبانيا موسماً. وقد قضى فالنسيا معظم الموسم في معركة الهبوط، على رغم من أنّ أداء مامارداشفيلي لم يكن من بين الأسباب الرئيسية لمشاكل الفريق. على العكس، لعب دوراً محورياً في التحسن الأخير الذي شهد بقاء فالنسيا من دون هزيمة في 8 مباريات متتالية، واستقبل 5 أهداف فقط في آخر 7 مباريات. بعد أن رفض عرضاً من أندية في الدوري السعودي، كان اليسون بيكر أحد أبرز المساهمين في تنويع ليفربول بالقلب، ولا يُخطّط للرحيل. وتأكّد ذلك قبل مباراة توتنهام، حين كشف مدرب الحراس كلاوديو تافاريل لشبكة ESPN البرازيلية: «هو يريد الاستمرار في كتابة هذه القصة». لقد رأيت أنّ موجة السعودية جلبت فرصاً وعروضاً ضخمة، لكنه دائماً يقول: أريد أن أستمّر هنا. لأنّي مدين لهم بالكثير. وأريد أن أعيش هذه الحياة هنا». ويمتلك ليفربول خيار تمديد عقده لعام إضافي، ممّا يعني أن اليسون (32 عاماً) مرتبط بعقد حتى صيف 2027.

النصر كان مهماً، وأفاد وسيط بأنّه مستعد لدفع ما يصل إلى 70 مليون جنيه... ويتابع كل من أتلتيكو مدريد وميلان وضع نونيز





## صحة وغذاء

في السنوات الأخيرة، أصبحت عبارة خال من الغلوتين عبارة للأكل الصحي في نظر كثيرين. نراها على عبوات البسكويت، الخبز، الكعك، وحتى على منتجات لم تكن تحتوي على غلوتين أساساً، مثل المياه أو الزبادي!

# قبل أن تحذف الغلوتين من حياتك... هذه الحقيقة ستفاجئك!



ساندي بو يزك

صحيحاً، فيعض المنتجات الخالية من الغلوتين أقل توازناً غذائياً لتحسين المذاق والقوام. غالباً ما تلج الشركات إلى إضافة كميات أكبر من السكر، الدهون المشبعة، أو النشويات البسيطة، كخبز الأرز الأبيض أو الطحين المعدل الذي يحتوي على مؤشر غلايسيمي عالٍ، ويؤثر بسرعة على سكر الدم. وتبين أن العديد من المنتجات الخالية من الغلوتين تحتوي على، سرعات حرارية أعلى بنسبة 20-30%، سكريات مضافة أكثر بـ 40%، والياف أقل بنسبة تصل إلى 60% مقارنة بالمنتجات العادية. وهذا قد يؤدي إلى زيادة الشهية، ضعف في السيطرة على السكر، بل وحتى زيادة في الوزن عند الاستهلاك المتكرر.

## الغلوتين ليس عدواً غذائياً!

ليس هناك دليل علمي يربط بين تناول الغلوتين وظهور أمراض لدى الأفراد الأصحاء. بل على العكس، الحبوب الكاملة التي تحتوي على الغلوتين، مثل القمح الكامل، تعتبر مصادر ممتازة للألياف، الفيتامينات B، الحديد، والمغنيسيوم.

## كيف تتعامل مع المنتجات الخالية من الغلوتين بذكاء؟

- قراءة الملصق الغذائي: ركّز على محتوى السكر، الألياف، الدهون، والبروتين. لا فقط عبارة «خال من».
- اختيار الحبوب الكاملة الخالية من الغلوتين مثل الكينوا، الحنطة السوداء، والأرز البني.
- تجنّب المنتجات المعالجة والمعبأة قدر الإمكان، وركّز على الأطعمة الطبيعية غير المصنّعة.
- لا تتبع الحميات «التريندية» من دون حاجة طبية أو إشراف مختص.

Savorlife clinic, zouk

لكن، هل يعني غياب الغلوتين أن المنتج بالضرورة أفضل؟ ليس دائماً... بل في بعض الحالات، العكس تماماً.

## متى يكون الامتناع عن الغلوتين ضرورة؟

الغلوتين هو بروتين طبيعي يوجد في القمح، الشعير، والجاودار. وهناك 3 حالات صحية فقط تستدعي الابتعاد الكامل عنه:

- داء السيلياك (Celiac disease): اضطراب مناعي ذاتي، يؤدي فيه تناول الغلوتين إلى تلف بطانة الأمعاء الدقيقة.
- حساسية الغلوتين غير السيلياكية (Non-celiac gluten sensitivity): تؤدي إلى أعراض هضمية وآو عصبية عند تناول الغلوتين، على رغم من غياب مؤشرات السيلياك.
- حساسية القمح (Wheat allergy): ردّ فعل تحسسي لبروتينات القمح، قد يشمل الغلوتين وغيره.

في دراسة نشرتها The American Journal of Gastroenterology، وُجد أن أكثر من 60% من الأشخاص الذين يتبعون حمية خالية من الغلوتين لا يعانون من أي حالة صحية تستدعي ذلك، بل يعتمدونها لأسباب «تعتبر صحية» في الثقافة العامة.

وهنا تكمن الإشكالية: استبدال الخبز العادي بخبز «خال من الغلوتين» لا يعني تلقائياً أنك اخترت منتجاً

في فيلم أليكس غارلاند وراي ميندوزا عن فصيلة أميركية في العراق، لا توجد مجازر مصمّمة بإعجاب أو حوارات ساخرة. هذه هي الفكرة.

# Warfare: فيلم قتال يرفض أن يكون مسلياً



أشك أن جون واين كان سيحب Warfare

إحدى الغرف، يستلمتي إليوت، محذقاً بعينين نصف مغففتين ووجه يتصنّب عرقاً، على بطنه فوق منصة مؤقتة، يراقب الشارع من خلال فتحة متعرجة كبيرة اخترقت الحائط. ومع مرور الدقائق، يواصل الرجال الانتظار، يستمعون إلى أوامر عبر الراديو ويراقبون لقطات المراقبة. من حين إلى آخر، يَدُون إليوت ملاحظة، مثل القناص الثاني فرانك (تاييلور جون سميث). يتولّى فرانك المهمة مؤقتاً عندما يحتاج إليوت لاستبدال علبه تبغه والتنبؤ في زجاجة ماء فارغة - أمر أشك أن جون واين فعله يوماً. فيلم (1968) The Green Berets، كان أدنى مستوى في مسيرة جون واين، فهو فيلم حرب متعضب تدور أحداثه في فيتنام، أسقطته ربنّي تا أدلر في مراجعتها في «نيويورك تايمز» بعبارة لا تُنسى، واصفة إياه بأنه «لا يوضّف، غبي جداً، فاسد ورائف جداً» إلى درجة أنها رأت فيه دعوة إلى الحزن على «ما آل إليه جهاز صناعة الخيال في هذا البلد».



هناك قتال والمزيد من القتال، انفجارات، دخان، فوضى، وجديّة عميقة كامنة قد تبدو نادرة في الأفلام الأميركية المعاصرة

## The New York Times

مانوهلا دارغيس

أعلى ثناء يمكنني أن أقدمه لفيلم Warfare، القاسي الذي لا يلبّين عن الحياة والموت في المعركة، هو أنه ليس مثيراً بل حزين غاضب عمداً، وهو في آن معاً مرثي وتحذير. وهذا يتماشى مع هدف هذه القصة الخيالية المستندة إلى وقائع حقيقية، التي تتعقب فصيلة من قوات Navy SEALs الأميركية خلال مهمة كارثية في العراق.

هناك، تحت جنح ليلة ساكنة خلاف ذلك، تستولي القوات على منزل يبدو عادياً، تضع سكانه تحت الحراسة، وتراقب المنطقة. ثم يجلس الرجال ويقفون ويتجولون بقلق أحياناً محذقين من النوافذ باسم قضية لا يشرحها أحد صراحة. من بين الذين لا يشرحون أيّاً من هذا، الكاتبان والمخرجان ألكس غارلاند وراي ميندوزا. كان (2024) Civil War آخر أفلام غارلاند، شريحة غريبة وواقعية بشكل غير مريح من الخيال التأقلي تدور أحداثها في الولايات المتحدة التي مرّقتها الحرب، وقد عمل ميندوزا، العضو السابق في قوات SEALs، مستشاراً عسكرياً فيه. وأدى ذلك إلى صداقة، والان إلى Warfare، الذي يستند إلى عملية حقيقية في عام 2006 شارك فيها ميندوزا.

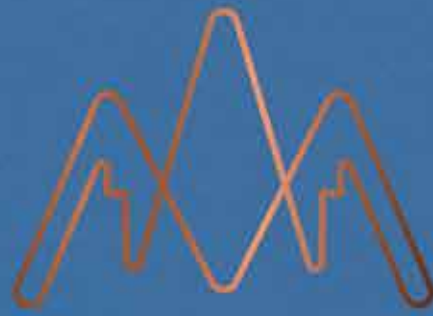
في ذلك الوقت، كان الأميركيون يحاولون السيطرة على الرمادي، عاصمة محافظة الأنبار، بحلول ذلك الحين، كانت الحرب قد دخلت عامها الثالث، وقُدّر عدد القتلى العراقيين بـ 600 ألف، فيما كانت الوفيات الأميركية على وشك أن تصل إلى 3 آلاف.

تدور معظم أحداث Warfare في الزمن الحقيقي داخل مبنى مكوّن من طابقين، حيث كان السكان، ومن بينهم أطفال عدة، نائمين عندما اقتحمه الأميركيون. محتشدون في غرفة نوم واحدة تحت مراقبة حراس يتناوبون، لا يُذكر أسماء العراقيين (على حدّ ما أتذكر)، ولا يُعيّزون. أمّا العسكريون فكانوا أكثر تميّزاً، إلى حد كبير لأنّ بعضهم يؤدي أدوارهم ممثلون معروفون نوعاً ما - ويل بولتر بدور النقيب إريك، قائد العملية الميدنية - أو يملكون سمات مميزة، مثل الشارب الكثيف على وجه إليوت (كوزمو جارقيز)، القنص الأول (الفيلم مَهْدَى إلى إليوت ميلر الحقيقي، الذي نجا بطريقة ما من العملية).

يبرز غارلاند جداً في بناء التشويق، وهو ماهر تحديدأ في تحويل المساحات الهادئة إلى مناطق رعب لا تهدأ. يبدأ Warfare بانفجار من اللعب الصاخب، حيث يحتشد رجال يرتدون الزي العسكري حول شاشة مراقبة صغيرة لمشاهدة فيديو موسيقي مبتذل للغاية لأغنية الرقص Call on Me. بدور الفيديو في ما يُفترض أنه استوديو تمارين إيروبيك من حقبة الثمانينات، ويضمّ حشداً من النساء ذوات الشعر الكثيف والأفخاذ المشدودة (ورجل مسكين واحد)، وهنّ يتعططن ويرقصن وكأنهنّ يستعدن لما راوتن جماعي شهواني. إنه مشهد يتفجّر عليه الرجال جماعياً بمتعة وصخب، ويؤكد أنك دخلت عالماً محدداً للرجال، عالماً يصمت بشكل مريب بعد دقائق في بلدة بلا اسم.

تسيطر وحدة SEAL على المنزل العراقي بسرعة، مخترقة طبقاً علوياً مغلقاً بالطوب، حيث يتركز معظمهم، في





SUMMIT  
SKI RESORT

SKI RESORT IN ZAAROUR  
AT 2001 M  
**BUY YOUR LAND**



  @summitskiresort  
summitskiresort.com

GROUP  
MURR  


FOR MORE INFO OR TO SCHEDULE A VISIT!

**76 464 464**